

# La Fleur et la Bouse



**Juliette Dumas**

*Un conte pour partager les bienfaits d'un  
état d'esprit Shine : mieux vivre sa vie,  
résister aux tempêtes et surmonter les  
obstacles.*

Il était une fois, une jolie fleur qui poussait tranquillement et dignement dans une bouse de vache.

Caramba, *holy cow*, pour ne pas dire M alors : comment cette jolie plante pouvait-elle se retrouver là et s'épanouir ? Je doute qu'elle soit un cas isolé, je pense qu'avant, je ne les voyais jamais, et encore moins les messages derrière cette drôle de scène.

*Rewind vite fait.*

Deux ans plus tôt, je n'aurais pas pu imaginer me trouver là, dans cette montagne Ariégeoise. Moi, fille d'une plage et d'un cocotier, je n'avais jamais pensé à identifier la position géographique de cette région française. Encore moins remettre sur mon dos, ce sac à dos du siècle dernier (que je croyais avoir détruit préférant oublier à tout jamais une cruelle colonie de vacances). Et moi vivante, jamais ô grand jamais, je ne voulais passer la moindre minute dans une montagne quel qu'elle soit, au grand désespoir de mon jeune beau-frère. Même s'il y avait eu une « forte récompense à la clé »

James Bond a toujours raison: « never say never ».

Entre septembre et décembre 2016, je suis allée non pas une fois, mais deux fois en Ariège. Improbable but true.

*Previously : pourquoi, comment est-ce possible, quel a été l'élément déclencheur, qui est ce James Bond de l'Ariège... toutes les réponses à vos questions dans les liens à la fin du conte, sinon je m'éloigne trop du sujet.*

Me voilà donc en Ariège, contre toute attente, et voilà qu'alors que je marche dans la prairie, je m'arrête tout net devant cette fleur et cette bouse.

J'ai toujours été très curieuse, mais de là à faire un stop devant ce drôle de spectacle c'est que j'ai décidément vraiment changé de point de vue sur pas mal de choses. J'ai aussi appris à observer plus et apprécier mieux les petits détails de la vie.

Pour ceux qui ne le sauraient pas encore, j'ai changé d'état d'esprit. Par urgence vitale et aussi par énorme envie aussi. Cet état d'esprit que j'ai baptisé Shine est *based on a true story* (la mienne) et s'appuie sur un trio gagnant : bon sens, bienveillance et respect. Il permet de cultiver sa force intérieure et si je l'ai adopté c'est pour mieux vivre ma vie, résister aux tempêtes et surmonter les obstacles. Et ça marche.

Je crois depuis, de plus en plus aux signes, les plus gros, les plus discrets. Je suis de plus en plus « aware ». Je n'ai pas de don particulier ou de pouvoir magique, j'ai appris à revenir à l'essentiel, à regarder les petites choses, à « enjoy little things ». Puis à en tirer des conclusions, des enseignements, des voies à suivre.

Alors forcément je vois aussi les messages que Dame Nature envoie, j'ai eu envie de décrypter celui-ci. Ou plutôt ceux-ci. Parce que si cette fleur pouvait parler, elle aurait bien des choses à nous dire, pour nous faire réfléchir et méditer.

Je suis certaine que de vous aurez votre propre analyse, alors partagez, partagez !

Si on se trouve en terrain hostile et miné, il est possible de sortir son épingle du jeu et de s'imposer avec beauté et dignité. Si cette petite fleur y arrive, je peux y arriver, vous pouvez y arriver, on peut tous y arriver.

Si on est dans la M (on va dire la version deep shit) on peut se faire remarquer (par moi), accompagner (par l'autre fleur), soutenir (par le soleil) ... Tout dépend ce que l'on va émettre comme vibrations. Tout dépend de ce que l'on donne, de notre niveau de bienveillance avec les autres. Alors bien sûr, il y aura toujours quelqu'un quelque part qui proposera d'être à nos côtés. C'est une chance et il ne faut pas hésiter à s'appuyer les épaules bienveillantes. On peut aussi cultiver sa propre force intérieure et ainsi plus on est fort dedans, plus on résiste aux tempêtes et plus on surmonte les obstacles seul. Je propose au passage de « profiter » du contexte pour se poser une question, qui fâche au début, mais qui est nécessaire : et si on s'était mis dans cette M tout seul ? Parfois on a cette tendance à remettre la faute sur la planète toute entière, on enfile son fameux costume de victime. C'est plus pratique c'est vrai, mais accepter et reconnaître ses erreurs, tirer des leçons et les enseignements sans se juger, permet de mieux avancer avec soi et pour soi. J'ai testé pour vous, ça marche.

Se dire M pour s'encourager soi-même, se souhaiter bonne chance, prier pour soi, voilà qui peut rapporter beaucoup plus que d'attendre toujours que ça vienne des autres ce que l'on a naturellement tendance à faire. Je ne jette aucune

Pierre. J'ai beaucoup fait, je fais encore, mais je m'améliore.

« Ne pas se prendre pour de la M » : on connaît bien ce commentaire autant répandu dans les open space que dans les dîners en ville: soit pour l'avoir dit, soit pour l'avoir pris dans la figure. En regardant cette fleur, j'aurais pu me dire « pour qui se prend-t-elle d'imaginer avoir sa place ici ». Mon état d'esprit Shine m'a rattrapé, je me suis dit que je ferai bien mieux de m'occuper de mes affaires et d'en tirer des enseignements. Je les résume à travers trois MantraShine, des citations inspirantes qui traduisent parfaitement l'état d'esprit Shine,

*« Dans la façon dont les gens vous traitent ou parlent de vous, il y a un message, écoutez-le »*

*« Vous ne pouvez pas lutter contre ce que les gens disent de vous, ce que vous pouvez faire c'est changer votre réaction »*

*« Si vous avez cru au Père Noël pendant 8 ans, vous pouvez croire en vous pendant au moins 10 minutes »*

On peut s'entraîner pour atteindre un juste équilibre à sa hauteur, il n'est point question de compétition ou de %. Chacun voit avec lui-même et sait au fond de lui quel est le meilleur cocktail : estime de soi, confiance en soi avec la juste dose de bienveillance avec soi et avec les autres.

Il faut garder en tête qu'il est aussi possible d'être fleur, et de devenir être bouse.... Pour éviter les secousses un seul mot d'ordre : resté centré et aligné.

Cette fleur, les racines dans la bouse, est la preuve vivante que même si on passe une journée de M, même si tout est loin d'être parfait, magnifique, merveilleux autour de soi, on peut accepter que

*« toutes les journées ne soient pas bonnes, mais il y a toujours quelque chose de bon dans une journée ».*

La beauté oui, la beauté intérieure oui, oui, oui. Cette bouse est très laide quand on la regarde comme ça. Si ça se trouve la fleur l'a vue autrement. Audrey Hepburn a dit « le maquillage peut vous rendre beau en apparence, mais ça ne marchera pas vraiment si vous êtes laid à l'intérieur. Sauf si vous mangez du maquillage ».

*« Makeup can only make you look pretty on the outside, but it doesn't help you if you're ugly on the inside. Unless you eat the makeup »*

Je vois aussi dans cette scène un beau sentiment de solidarité : une fleur est dans la M et voilà qu'une autre fleur vient à sa rescousse. Shine état d'esprit dont on devrait user et abuser plus souvent.

Cette histoire peut aussi être racontée d'un autre point de vue : celui de la bouse. Ce n'est pas parce qu'on a cet affreux sentiment d'être une grosse M, qu'on ne peut pas attirer à soi une belle plante. Tout va dépendre des vibrations que l'on émet et là tout est possible. Il ne faut jamais oublier que cette petite voix à l'intérieur de nous murmure toute la journée des choses fausses et toxiques, qu'elle se mêle de ce qui ne la regarde pas et qu'on doit s'entraîner chaque jour à lui dire de se taire. Répétez après moi : le commandant de bord de votre vie : c'est soi ! Et personne d'autre.

*« La vie c'est 100% sa responsabilité,  
personne ne va faire à notre place, ni venir  
nous sauver »*



*Previously l'Ariège*

Tout a commencé avec cette rencontre

<http://juliettedumas.paris/je-ne-vous-ai-pas-encore-parle-de-patrick-brabo/>

Puis je suis allée en Ariège,

<http://juliettedumas.paris/shine-ariege/>

*A Patrick et Fabien Brabo*



*Juliette  
Dumas*